La sfîrșitul sezonului competițional

NATAȚIE: Avem specialiști la procedeul fluture?

Iată întrebarea pe care ne-o punem la sfîrșit de sezon, cînd rezultatele celor mai buni performeri sînt destul de modeste. De altfel, în fruntea celor mai buni fluturiști se află un specialist (**Vl. Moraru**) al procedeului craul, fapt care ne indică de la sine „valoarea" celorlalți înotători. În general, am observat în majoritatea concursurilor interne din acest an (juniori și seniori) un număr redus de concurenți în probele de fluture. Această situație este grăitoare în ceea ce privește lipsa de preocupare a antrenorilor din secțiile fruntașe (Steaua, Dinamo, C.S. Școlar, Mureșul, C.S.M. Cluj, S.S.E. Reșița, S.S.E. 1 și S.S.E. 2 din București) privind pregătirea sportivilor la acest procedeu. Dar chiar și puținii adepți ai acestor probe (exceptîndu-l pe mureșanul **Ad. Covaci**) nu au făcut prea multe eforturi de a-și îmbunătăți performanțele. dovedind comoditate și lipsă de perseverență la antrenamente.

În ceea ce privește probele de mixt, lipsa unor specialiști este aproape completă și ea trebuie să dea de gîndit în mod serios, mai ales antrenorilor care se ocupă de creșterea copiilor. Pregătirea multilaterală a înotătorilor de la vîrsta cea mai fragedă (după cum ne-o dovedește experiența țărilor cu o natație dezvoltată) este o cerință stringentă, care nu mai poate fi ocolită. Și acum cele mai bune rezultate ale anului ·

VL. MORARU (dreapta) discutînd cu unul din partenerii săi de întrecere

MASCULIN — 100 m fluture

64,1 (69,5) Vl. Moraru (CSS Buc.)	1947
64,5 (65,4) Fr. Fülöp (Mureșul)	1941
64,8 (66,7) C. Georgescu (Steaua)	1947
66,0 (64,3) E. Voicu (Dinamo)	1941
66,2 (71,8) Ad. Covaci (Mureșul)	1949

200 m fluture

2:24,6 (2:32,2) Vl. Moraru (CSS Buc.)	1947
2:29,5 (2:34,4) N. Tat (Olimpia Reșița)	1946
2:37,7 (2:58,5) Ad. Covaci (Mureșul)	1949
2:39,8 (3:07.8) Al. Bain (SSE Reșita)	1949
2:47,3 (2:46,0) C. Georgescu (Dinamo)	1947

400 m mixt

R 5:15,8 (5:31,2) D. Naghi (Mureșul)	1941
5:18,0 (5:28,6) N. Tat (Olimpia Reșița)	1946
5:28,3 (—) A. Soos (Steaua)	1944
5:33,8 (5:38,4) A. Soptereanu (CSS Buc.)	1948
5:46,2 (5:59,2) A. Schmaltzer (Steaua)	1938

FEMININ — 100 m fluture

1:14,8 (1:13,4) Nicoleta Bărbulescu (Rapid)	1940
1:17,1 (1:20,2) Codruța Sala (SSE Timiș.)	1946
1:17,3 (1:17,6) Agneta Sterner (CSS Buc.)	1949
1:18,7 (—)Ingrid Ungur (Steaua)	1944
1:19,6 (1:22,0) Gabriela Tărnăuceanu (CSS Buc)	1948

400 m mixt

R 5:46,2 (5:51,2) Cristina Balaban (Dinamo)	1947
5:59,8 (6:26,3) Anca Trohani (CSS Buc.)	1943
6:15,6 (6:28,1) Eva Naghi (Mureșul)	1946
6:17,6 (—)Dorina Mezinca (SSE Reșița)	1951
6:24,5 (—) Gabriela Talpan (CSS Buc.)	1948

— a. v. —

Notă : Între paranteze am notat rezultatele din 1964 ; R = record republican iar la sfîrșit am trecut anul de naștere al fiecărui înotător.

PERFORMANȚELE TIMPURII — REZULTAT AL MUNCII TIMPURII!

Este bine știut că pentru a obține rezultate atletice de valoare trebuie să dispui de o pregătire îndelungată, de calități fizice cît mai perfecționate și de o structură anatomo-funcțională adecvată cerințelor diferitelor probe. Or, pentru a realiza aceasta se impune ca pregătirea să înceapă cît mai de timpuriu, dacă se poate chiar de la vîrsta copilăriei.

Că performanțe de mare valoare pot fi obținute chiar la vîrsta junioratului e suficient să amintim pe cîțiva dintre atleții noștri, printre care *Mihaela Penes*, campioană olimpică la suliță și deținătoare a unei performanțe de peste 60 m. *Gheorghe Costache*, cu peste 63 m în dificila probă de aruncare a ciocanului, *Șerban Ioan* (2,03 m înălțime), *Viorel Suciu* (14,5 sec pe 110 mg etc.). Iar că pregătirea celor mai buni performeri din lume este caracterizată prin începerea timpurie a practicării sportului ne-o dovedesc însăși rezultatele de valoare mondială obținute de acești la vîrsta junioratului.

Și pentru că se impune ca pregătirea să înceapă de timpuriu, e necesar ca aceasta să nu se facă oricum, la întîmplare, ci trebuie avut în vedere că lucrăm cu copii, ale căror organisme sînt fragile și pe care trebuie să le dezvoltăm armonios, corespunzător cerințelor viitoarelor performanțe.

Avînd în vedere avîntul pe care trebuie să-l ia atletismul în rîndurile elevilor, tot mai numeroși vor fi și profesorii care vor lucra cu copii de vîrstă mică (10—12 ani). Tocmai de aceea, doresc să fac o serie de recomandări, rezultate din activitatea pe care am desfășurat-o ani de-a rîndul cu copiii.

1. În primul rînd este necesară o diferențiere a metodicii de pregătire a copiilor față de cea a juniorilor și mai cu seamă de cea a seniorilor, lucru care nu se prea observă la unii profesori și antrenori. Această diferențiere să nu conste numai în reducerea volumului și a intensității (atît la cît se rezumă antrenorii noștri !) ci lucrul cel mai important este legat de selecționarea mijloacelor pe care să le folosim în antrenamente.

Să nu se execute, de exemplu, numai săritura în lungime, cu prăjina sau în înălțime ci, în principal, trebuie folosite acele elemente ajutătoare, atractive, care duc, implicit, la însușirea tehnicii probei respective.

2. Activitatea atletică la copii trebuie să se bazeze pe elemente atletice în care să predomine atracția, ușurința de executare și, în final, satisfacția reușitei. Iată, spre exemplu, cum am procedat la însușirea deprinderilor necesare probei de săritură cu prăjina : sărituri în lungime cu prăjina (trecîndu-se peste o zonă marcată). la început fără întoarcere și apoi cu întoarcere.

Înfigerea prăjinii în nisip și urcarea pe prăjină atîta timp cît copiii își pot ține echilibrul. Se face concurs : „cine urcă mai sus pe prăjină" !

Înfigeri în nisip, la groapa de lungime, și aterizare într-un cerc indicat de profesor, în timp ce elevul stă atîrnat pe prăjină. Ștafetă între două echipe în care „bățul" este prăjina. Aceasta trebuie purtată ca în alergarea cu prăjina, pe distanțe de 20—25 m

Am executat, de asemenea, tot felul de întreceri pe distanțe scurte (15—40 m), începînd cu cele cronometrate, cu și fără adversari, și terminînd cu cele cu „handicap" care, de altfel, sînt și cele mai atractive.

Pentru ridicarea coapsei și dezvoltarea mușchiulaturii ridicătorilor coapsei au fost executate alergări pe treptele tribunei stadionului.

Pentru executarea împingerii s-au executat sărituri de pe o treaptă pe alta a tribunei.

Pe lîngă aceste exerciții au fost introduse, în special în prima parte a lecției, elemente din școala alergării și săriturii ca : jocul de gleznă, accelerările, alergarea lansată, pasul săltat. pasul sărit etc.

Am amintit numai cîteva exerciții, ele fiind însă cu mult mai numeroase pentru fiecare probă atletică. Fiecare profesor și antrenor care lucrează cu copii poate „inventa" o serie de exerciții ajutătoare prin care să dezvolte calitățile fizice ale micilor sportivi, să le formeze un bagaj motric necesar probelor atletice. În felul acesta putem face din atletism un sport plăcut și foarte atrăgător pentru copii.

3. Exercițiile pe care ne-am propus să le folosim trebuie să fie perfect accesibile, să țină seama de vîrsta și de posibilitățile de execuție ale copiilor.

Nu trebuie să le cerem copiilor să execute triplusaltul, deoarece oricît ne-am strădui, nu vor reuși din cauza lipsei de forță. De asemenea, să nu le cerem să „ridice" coapsa în alergare — fără a ne fi preocupat, mai întîi, de dezvoltarea mușchiulaturii centurii abdominale și a ridicătorilor coapsei.

4. Pentru ca copiii să se mobilizeze în execuția unui element, trebuie să le vorbim pe... limba lor, să le dăm anumite teme spre care ei trebuie să tindă să le îndeplinească

Într-un fel va executa elevul o cursă în care i se spune „alergare 1/1 pe 30 m", și altfel va alerga cînd i se va spune „cu plecare la bătaie din palme, cursa pînă la — să zicem — groapa de lungime ! Care va ajunge primul ?" Veți vedea cît de mult îi frămîntă pe copii aranjarea locului de plecare, căutarea poziției celei mai bune, ca să nu mai vorbim de alergarea pe parcurs. La sărituri avem, de asemenea, nenumărate posibilități de a fixa teme. Începînd cu lovirea palmelor în timpul zborului, pînă la trecerea printre două ștachete sau luarea batistei de pe o ștachetă în timpul zborului etc.

Procedînd astfel elevii nu se vor plictisi niciodată.

5. Jocurile cu elemente atletice nu trebuie să lipsească din pregătirea copiilor.

Să nu-i aliniem în coloană și să-i punem să sară la lungime sau la înălțime, cîte unul la 5—6 minute (așa cum se poate vedea zilnic pe stadionul Tineretului !), ci să formăm echipe, să-i punem să se întrecă în cadrul diferitelor ștafete cu teme de alergare, escaladare, săritură etc. în care să predomine dinamismul, densitatea și entuziasmul. Trebuie să avem o grijă deosebită : copiii, să plece cu o bună dispoziție de la antrenament !

În încheiere aș adăuga că succesul în munca noastră va fi cu atît mai fructuos cu cît selecția va fi judicios făcută, iar pregătirea multilaterală va permite specializarea într-o probă sau alta, în funcție de structura anatomo-funcțională a fiecărui copil.

Și cînd lucrăm cu copiii să ne gîndim, în fiecare clipă, la roadele muncii finale!

prof. **DUMITRU GÎRLEANU**
maestru al sportului

Știri... Rezultate... Știri...

TEHERAN

După un meci nul (4—4), selecționata de lupte libere a U.R.S.S. a învins la Teheran cu $5^1/_2$—$2^1/_2$ echipa Iranului. Au obținut victorii prin tuș Sagaradze, Beriașvili, Gurevici și Lomidze

BRUXELLES

Continuîndu-și turneul în Belgia, echipa de fotbal Internazionale Milano a învins cu scorul de 3—2 (3—1), echipa Standard Liège. Au marcat Peiro (3), respectiv Vandenberg și Dignef. Internazionale a prezenat formația : Sarti, Malatrasi, Giovanni, Bedin, Landini, Picchi Jair, Peiro, Domenghini, Suarez. Corso.

HAMBURG

La Hamburg s-a desfășurat meciul de box dintre selecționata orașului Hamburg și Leningrad. Superiori din punct de vedere tehnic și fizic. boxerii sovietici au obținut victoria cu scorul de 16—4.

TBILISI

Meciul de șah Tal-Spasski a continuat la Tbilisi cu partida a 5-a în care Tal a jucat cu piesele albe. Într-o variantă a partidei spaniole, fostul campion mondial a obținut inițiativa, reușind să cîștige un pion, avantaj menținut și la întrerupere. Specialiștii apreciază că Spasski are totuși posibilitatea de a obține remiză, dacă Tal nu va găsi la analiză o cale sigură de cîștig. Reamintim că scorul este deocamdată egal : 2—2.

LISABONA

În cel de-al doilea tur al „Cupei orașelor tîrguri" la fotbal, Sporting Lisabona, jucînd pe teren propriu, a învins cu 2—1 (0—0) formația Espanol Barcelona.

STOCKHOLM

Selecționatele masculine de handbal ale Norvegiei și Suediei s-au întîlnit într-un meci amical la Orebro (Suedia). Partida s-a încheiat cu o neașteptată victorie a handbaliștilor norvegieni la scorul de 21—12.

SPORTUL PE GLOB

Grant Warwik (Canada) propune un campionat mondial permanent de hochei pe gheață

TORONTO 10 (Agerpres). — „Slăbiciunea reprezentativelor de amatori ale Canadei la ultimele campionate mondiale — *a declarat Grant Warwik, unul din componenții celebrului trio de frați Warwik, protagoniștii echipei canadiene „Peticton Vees" care în 1955 a cîștigat campionatul mondial de hochei pe gheață* — se datorește progresului evident al hocheiului european, dar și al afluxului spre profesionism al celor mai buni hocheiști amatori canadieni".

Warwik propune crearea unui campionat permanent de hochei pe gheață în cadrul căruia să se desfășoare întîlniri între echipele din Canada și S.U.A. și cele mai puternice reprezentative europene.

„Asemenea întîlniri — *a spus Warwik* — ar fi de un real folos hocheiului prin atractivitatea lor și ar contribui la apropierea și consolidarea prieteniei dintre sportivii țărilor participante".

De pe toate meridianele

IURI VLASOV S-A RETRAS DIN ACTIVITATEA COMPETIȚIONALĂ

După cum anunță agențiile de presă, cunoscutul halterofil Iuri Vlasov, fost campion olimpic și mondial, nu va mai concura în competițiile oficiale. El s-a retras recent din activitatea competițională și, de aceea, nu a participat nici la recentele campionate mondiale de la Teheran. Astfel, ultimul concurs oficial al marelui campion rămîne cel de anul trecut de la Tokio, cînd a fost învins în mod surprinzător de compatriotul său Jabotinski. Iuri Vlasov, acum în vîrstă de 29 de ani, de profesie inginer, este unul dintre cei mai mari campioni de haltere din toate timpurile. Vlasov a fost de 5 ori campion al lumii la categoria grea și o dată campion olimpic (1960). În activitatea sa el a doborît nu mai puțin de 27 recorduri ale lumii, dintre care unul supraviețuiește și azi : cel de la totalul celor trei stiluri : 580 kg ! După Jocurile Olimpice de la Roma, Iuri a fost considerat drept cel mai mare atlet al secolului nostru, singurul care ar putea să treacă de limita mult visată a celor 600 kg.

Acum, această misiune va rămîne s-o rezolve talentatul său urmaș, Leonid Jabotinski, sau altii

DE PE VREMEA CÎND STANLEY ROUS ERA ARBITRU...

Sir Stanley Rous, actualul președinte al F.I.F.A., a fost — în anii săi mai tineri — fotbalist și apoi arbitru. Iată o întîmplare din activitatea sa de arbitru, povestită de Rous însuși : „Arbitram un meci între două echipe din prima ligă engleză. La un moment dat echipa oaspe înscrie un gol din poziție clară de ofsaid, după cum mi-am dat seama mai tîrziu. Eu însă am acordat acest gol, stîrnindu-mi dezaprobarea suporterilor echipei gazdă. La sfîrșitul meciului cîteva zeci de suporteri localnici au vrut să pătrundă pe teren pentru a-mi cere socoteală. Nu am reușit să ies din incinta stadionului decît cu ajutorul mai multor polițiști, care m-au urcat într-o mașină. La plecare le-am mulțumit călduros. Unul din polițiști mi-a răspuns : „Nu aveți pentru ce, domnule. Aceasta este și datoria noastră : să scoatem orbii de pe stadion !"

TRICOURI „CELEBRE" LA LICITAȚIE

O originală licitație a fost organizată zilele trecute la Rio de Janeiro de către federația braziliană de fotbal în scopul strîngerii de fonduri pentru ajutorarea copiilor săraci din oraș. Cu acest prilej, forul suprem al balonului rotund brazilian a licitat public... tricourile celebrilor jucători Pele, Garrincha, Gilmar, Bellini și ale altor vedete de necontestat ale fotbalului brazilian. „Recordul" de încasări a fost, desigur, înregistrat la tricoul lui Pele, care a fost vîndut unei domnișoare, care n-a vrut să-și comunice numele, pentru suma de 50 000 cruzeiros. Pe tricourile lui Gilmar și Bellini s-au încasat în total 72 000 de cruzeiros. O sumă mai mică a fost încasată pe tricoul nr. 7, al aripei drepte, Garrincha, vîndut numai cu 15 000 cruzeiros.

DAWN FRASER RĂMINE SUSPENDATĂ, INSĂ SEMNEAZĂ AUTOGRAFE

Este cunoscut de amatorii de natație din lumea întreagă faptul că celebra înotătoare australiană Dawn Fraser, cîștigătoare a medaliei de aur la trei Olimpiade, a fost suspendată de federația sa după J.O. de la Tokio, pentru motive de indisciplină. Cu toate că nu mai activează în prezent și așteaptă, poate, ca forul australian să fie mai indulgent cu ea și să-i ridice suspendarea, Dawn Fraser n-a rămas inactivă. Terminîndu-și voiajul de nuntă, Fraser și-a scris rapid memoriile, care au apărut într-o carte intitulată „Campioană olimpică". În așteptarea „actului de clemență" al federației australiene, Dawn Fraser dă autografe la Melbourne, pe cartea sa, miilor de simpatizanți ai săi.

O DECLARAȚIE A LUI GENE TUNNEY

Fostul campion mondial de box la categoria „grea", Gene Tunney, care a deținut titlul suprem în 1926, învingîndu-l în două rînduri pe Jack Dempsey, și-a expus punctul său de vedere asupra boxului profesionist, în cadrul unei conferințe de presă. Gene Tunney a declarat printre altele: **„Boxul trebuie să redevină ceea ce era în anii dinaintea lui 1920, adică o activitate rezervată unor adevărați sportivi. În prezent boxul se află în declin și nu se întrevede încă o redresare. E greu de crezut că întîlnirea de la 22 noiembrie dintre Cassius Clay și Floyd Pattersson va contribui la aceasta".**

Turneul fotbaliștilor sovietici în America de Sud

MOSCOVA 11 (Agerpres). — La 21 noiembrie, echipa reprezentativă de fotbal a U.R.S.S. își va începe turneul în America de Sud, jucînd la Rio de Janeiro cu selecționata Braziliei, de două ori campioană a lumii. În continuare fotbaliștii sovietici vor evolua la Porto Alegre, Buenos Aires, Montevideo și Santiago de Chile.

Antrenorul N. Morozov a selecționat pentru acest turneu un număr de 19 jucători în rîndul cărora se află și centrul atacant Eduard Strelțov. După o întrerupere de 7 ani, Strelțov (acum în vîrstă de 28 de ani) și-a făcut reintrarea în linia de atac a echipei Torpedo Moscova, lidera campionatului unional.

2 Redacția și administrația : str Vasile Conta nr 16 telefon 11 10 05 interurban 72 și 286 Telex : sportrom buc. 180 Tiparul : I. P. „Informația", str. Brezoianu 23—25.
PREȚUL ABONAMENTULUI : 1 lună . 6.50 lei ; 3 luni : 19,50 lei ; 6 luni : 39 lei ; 1 an : 78 lei.
40 365